



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
دانشکده بهداشت

پایان نامه جهت اخذ کارشناسی ارشد علوم بهداشتی در تغذیه

عنوان

بررسی هم بستگی الگوهای غذایی غالب و فعالیت بدنی با ترکیب چربی های خون در کودکان و نوجوانان ساکن
در منطقه مینودر قزوین

استاد راهنما

دکتر مریم جوادی

اساتید مشاور

دکتر سکینه شب بیدار

دکتر شبنم جلیل القدر

نگارش

فرگل صادقی نیارکی

فروردین ۱۳۹۳

چکیده

مقدمه پژوهش ها حاکی از شیوع اختلالات چربی خون در کودکی و نوجوانی است. با توجه به شکل گیری عادات غذایی ازدوران کودکی و نوجوانی و تاثیر بر سلامت یا بیماری در بزرگسالی، مطالعه حاضر با هدف تعیین هم بستگی الگوی های غذایی غالب با ترکیب چربی های خون در کودکان و نوجوانان ساکن منطقه مینودر قزوین انجام شد.

روش کار در پژوهش حاضر ۳۲۱ نوجوان ۱۰ تا ۱۸ ساله از طرح بیماری های متابولیک در منطقه مینودر قزوین انتخاب شدند. ارزیابی دریافت های غذایی با استفاده از پرسشنامه بسامد خوراک و ارزیابی فعالیت بدنی با استفاده از پرسشنامه ۹ آیتمی (Physical activity questionnaire in adolescent) انجام گرفت. برای اندازه گیری وضعیت چربی های سرمی بدنال ۱۲ ساعت ناشتایی نمونه خون وریدی از تمامی افراد شرکت کننده گرفته شد. جهت شناسایی الگوهای غذایی غالب روش تحلیلی عاملی مورد استفاده قرار گرفت و هم بستگی بین الگو های غذایی غالب با ترکیب چربی های خون با روش تحلیل کواریانس ارزیابی شد.

یافته ها از ۳۰۱ نوجوان مورد بررسی ۱۵۴ نفر (۵۱/۲ درصد) دختر و ۱۴۷ نفر (۴۸/۸ درصد) پسر با میانگین سنی $15/08 \pm 2/4$ سال بودند. شیوع هایپرترگلیسریدمی، هایپر کلسترولمی، بالا بودن LDLکلسترول و پایین بودن HDLکلسترول در مقایسه با استاندارد در این گروه سنی به ترتیب ۱۷/۷، ۵/۱، ۳/۷ و ۳۶ درصد بود. ۶۷/۱ درصد از نمونه ها دارای نمایه توده بدنی طبیعی بودند و تفاوت معناداری از لحاظ ترکیب چربی های خون [کلسترول تام ($P=0/813$)، تری گلیسرید ($P=0/313$)، LDLکلسترول ($P=0/978$)، HDL کلسترول ($P=0/114$) و BMI^۱ ($P=0/09$) و چربی دریافتی ($P=0/94$) میان دختران و پسران مشاهده نشد. در حالیکه میزان انرژی ($P=0/012$)، پروتئین ($P=0/012$) و کربوهیدرات دریافتی ($P=0/001$) در پسران بطور معناداری بیشتر از دختران بود. هم چنین در مجموع ۳۱/۱ درصد از نوجوانان دارای سطح فعالیت بدنی پایین، ۴۴/۶ درصد دارای سطح فعالیت بدنی متوسط و ۲۴/۱ درصد دارای سطح فعالیت بدنی بالا بودند و اختلاف سطح فعالیت بدنی در دو جنس از نظر آماری معنادار و در پسران بیشتر از دختران بود ($P=0/001$). با استفاده از روش تحلیل عاملی سه الگوی غذایی شناسایی شد که ترکیب چربی های خون و نمایه توده بدن در چارک های هر سه الگوی غذایی تفاوت معناداری نداشت ($P>0/05$). از آنجا که سن و جنس، نمایه توده بدن، انرژی دریافتی و میزان فعالیت بدنی بعنوان عوامل مداخله گر در نظر گرفته شدند، بعد از تعدیل این عوامل مداخله گر نیز ارتباطی بین چربی های خون با هیچ یک از الگو های غذایی شناسایی شده بدست نیامد ($P>0/05$). بین میزان فعالیت بدنی با ترکیب چربی های خون ارتباطی مشاهده نشد ($P>0/05$).

¹ Body Mass Index